

наси́льства в їхніх ро́динах або в ро́динах бли́зьких лю́дей. Якщо лю́дина бу́де знати, які є форми і як воно проявляється і куди потрібно звертатись за допомогою, вона зможе захистити себе та інших людей.

Цими тезами не вичерпано перелік актуальних напрямів дослідження психологічного насильства в сім'ї. Інші напрями та різновиди насильства в родині стануть предметом подальших наших досліджень.

Список посилань:

1. Домашнее насилие становится заразным [Електронний ресурс] // Коммерсантъ. 02.04.2020. URL: <https://www.kommersant.ru/doc/4310901> (дата звернення: 19.04.2020).
2. Игнатова Е. С., Разводова Е. Д. Абыюзинг и газлайтинг в межличностных отношениях между мужчиной и женщиной [Електронний ресурс] // Будущее клинической психологии – 2018 = The Future of Clinical Psychology – 2018: материалы XII Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием (26–27 апреля 2018 г.) / Перм. гос. нац. исслед. ун-т. Пермь, 2018. Вып. 12. С. 3–11. URL: <http://www.psu.ru/files/docs/science/books/sborniki/budushee-klinicheskoypsiologii-2018.pdf> (дата звернення: 12.03.2020).
3. Стан системи попередження насильства в сім'ї в Україні: правові, соціальні, психологічні та медичні аспекти / В. М. Бондаровська, О. О. Кочемировська, Г. М. Лактіоновата ін.; за ред. О. Кочемировської. – К.: Вид-во ФОП Клименко Ю.Я., 2016. – 372 с.

Лиса Людмила Геннадіївна

gennadivna@ukr.net

провідний фахівець із

соціальної роботи Солом'янського районного у м. Києві

центру соціальних служб, Відмінник Освіти України

Сумленна Ярослава Василівна

ЛАЙФХАК В СОЦІАЛЬНІЙ РОБОТІ: «КОМФОРТ ДЛЯ КЛІЄНТА»

Однією з найефективніших соціальних послуг, які надають Центри соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді, є послуга соціального супроводу сімей і осіб, які потрапили в складні життєві обставини.

Наше кредо.

Негатив? Ми з цим не працюємо. Ми над цим працюємо. Ми працюємо з ресурсом, бо вміємо його знайти.

Одним із суб'єктів соціальної роботи є отримувач послуг, або клієнт – особа, яка потрапила в складні життєві обставини. Яку спонуку вона отримує від навколишнього світу? Часто ця спонука є негативною, Що зовні? Осуд, неприйняття, ярлики. Через це людина не бачить власних можливостей. І як наслідок (*що всередині?*) – відчай, безпорадність, страх, тривога. Вийти з такого стану клієнтові допомагає фахівець із соціальної роботи, який уособлює компетентність, професіоналізм, досвід, ресурс, що дає насагу.

Вдалий час – це ресурс і можливості.

Вдалий час – коли нічого ще такого, що змінити не можна, бо воно не сталося: дитина ще не вилучена із сім'ї, домашнє насилля попереджене, дитина групи ризику з дому ще не пішла, суїцид не відбувся. Отже, важливо вчасно опинитися в потрібному місці й бути до цього готовим.

Як унікальний стандартизований документ Акт оцінки потреб сім'ї/особи виявляє нагальні потреби клієнта, дає йому можливість обрати доступні шляхи їх вирішення. Клієнт *може/не може* сформулювати власну мету, свої потреби. На підставі Акту оцінки потреб сім'ї *мети* клієнтові може сформулювати фахівець із соціальної роботи. Саме тут, в домашніх умовах людина розкривається і виявляє, що саме в неї не вирішено, усвідомлює і формулює власні потреби. Тут важливо зупинитися, зробити паузу, дати клієнтові простір для самостійної роботи (Акт оцінки потреб сім'ї виконується протягом семи днів). Принагідно необхідно врахувати рівень запитів клієнта. Бажання клієнта не обов'язково збігаються з бажаннями фахівця. Тому важливо разом з клієнтом ставити розумні та досяжні цілі.

Для вирішення нагальних питань важливо утримати результат, відпустити клієнта на шляху розвитку, обнулити гіперопіку над клієнтом:

ГІПЕРОПІКА $\times 0$ = самостійність клієнта.

Водночас треба залишити дієвим зворотній зв'язок з клієнтом. Якщо клієнт відчуває, що потребує підтримки – надати йому точку опори:

СУМНІВИ $\times 0$ = впевненість клієнта.

Клієнт має особисту відповідальність за зроблене або не зроблене. Ми вчимо його приймати позитивний, негативний і проміжний результат як досягнення. Проговорюємо остаточну мету, терміни. Вкрай необхідною є мотиваційна робота для усвідомлення власного запиту клієнта на подолання складних життєвих обставин.

Основні принципи співпраці з клієнтом – взаємні етичні засади спілкування на підставі поваги і прийняття, конфіденційності, доброзичливості та щирості. Важливим є усвідомлення клієнтом власної соціальної ролі в досягненні результату: *Хто Я? Де Я? Для чого Я тут?*

Наприклад:

Хто Я? – мама/батько. Де Я? – В сім'ї

Для чого я тут? – щоб забезпечити базові потреби дитини.

Або: Хто Я? -учень. Де Я? – в навчальному закладі.

Для чого я тут? – щоб отримати знання.

Нас надихає формула Ейнштейна $E = mc^2$. В нашій інтерпретації: E – результат, m – ресурс: здоров'я, освіта, психічні можливості людини, c – активність клієнта на шляху до вирішення його життєвих проблем. У формулі – c у квадраті, що означає примноження ресурсу. Водночас, маючи колосальний ресурс, але лежачи на дивані, одержимо $c = 0$, тобто людина не зможе отримати ніякого результату: $E = 0$.

Можна зобразити й своєрідну формулу добробуту сім'ї.

Добробут сім'ї – це життя в достатку, спокої і щасті. На наше глибоке переконання добробут сім'ї – це сукупність трьох складових:

ОХАЙНА ОСЕЛЯ + ДОБРОЗИЧЛИВІСТЬ + ДОСКОНАЛА
МОВА.

З огляду на це:

1. Аромат, наповнений достатком та благополуччям є запорукою добробуту сім'ї, родини, людини, дитини.
2. Бажай людині добра і воно тобі повернеться.
3. Як розмовляєш – так і живеш. Вибір за тобою.

Важливо продемонструвати клієнтові його розвиток, його досягнення, його перемоги.

Використовуємо повторно Акт оцінки потреб сім'ї для підтвердження правильної стратегії з урахуванням ресурсних можливостей клієнта. Ми йому демонструємо: ось, що ти хотів, а це, що ти отримав. Обов'язковою є рефлексія клієнта: «Це моє власне досягнення. Я сам цього хотів!» Тобто:

НАМІР = РЕЗУЛЬТАТ.

Збережи себе! Обережно! Вигорання поруч.

Важливою умовою успіху є взаємна довіра. Така довіра має бути з певною часткою критичного ставлення до клієнта. Емпатія до клієнта, емпатія до себе. Не проживати з клієнтом його проблему! Працюємо з тим, що маємо тут і зараз. Не з тим, що було. Не з тим, що буде... Важливо визначати межі. Регламент: роботи – робочий час. Ресурси = Засоби. Рівновага – наше все.

Будь-яка робота потребує визнання. Можна відтворити роботу фахівця у білому вірші в японському стилі у вигляді дидактичного сенкану на прикладі корабля – коротко і лаконічно про головне.

1. Назва, хто це? (одне слово, один іменник) – професіонал.
2. Який він? (два слова: два прикметники) – досвідчений, професійний.
3. Що він робить? (три слова, три дієслова) – мотивує, контролює, насажує.

4. Як ви до цього ставитеся? (речення із чотирьох слів) – фахівець надає людині крила!

5. Як інакше це можна назвати? (синонім) – комфорт.

Отже, фахівець надає людині крила!

Вони, ті крила, не з пуху-пір'я,

У кого – з пісні, або з надії,

А з правди, чесноти і довір'я.

Або з поезії, або з мрії.

У кого – з вірності у коханні.

Людина нібито не літає...

У кого – з вічного поривання.

А крила має. А крила має!

У кого – з щирості до роботи.

У кого – з щедрості на турботи (Ліна Костенко, «Крила»).

